

Received/Geliş : 2025 July/Temmuz Accepted/Kabul : 2025 August/Ağustos Published/Yayın : 2025 September/Eylül

Lise Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılım Düzeyleri ile Beden Eğitimi Dersi Tutumlarının İncelenmesi: Sultangazi Örneği

Erol Polat¹

Abdulmenaf Korkutata²

Atıf/Reference: Polat, E. ve Korkutata, A. (2025). Lise Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılım Düzeyleri ile Beden Eğitimi Dersi Tutumlarının İncelenmesi Sultangazi Örneği. *Yönetim ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 4(3), 237-249.

Özet

Bu araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere katılım düzeyleri ile beden eğitimi dersine yönelik tutumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini, İstanbul ili Sultangazi ilçesinde öğrenim gören 610 lise öğrencisi (383 kız, 227 erkek) oluşturmaktadır. Veriler, “Serbest Zaman Tutum Ölçeği Kısa Formu (SZTÖ-KF)” ve “Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği” ile toplanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, t-testi, ANOVA ve çoklu regresyon analizleri kullanılmıştır. Bulgulara göre, öğrencilerin serbest zaman tutumları ve beden eğitimi dersine yönelik tutumları genel olarak yüksek düzeydedir. Cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur; erkek öğrencilerin tüm alt boyutlarda daha yüksek puanlar aldığı, yaş arttıkça tutum düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir. Ayrıca serbest zaman tutumunun bilişsel, duyuşsal ve davranışsal boyutlarının, beden eğitimi dersi tutumunu anlamlı şekilde yordadığı görülmüştür. Sonuç olarak, rekreatif faaliyetlere katılımın öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik olumlu tutumlarını güçlendirdiği ve fiziksel aktiviteye yönelik kalıcı alışkanlıkların kazandırılmasında önemli bir rol oynadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Rekreatif faaliyetler, beden eğitimi, öğrenci tutumu, serbest zaman, fiziksel aktivite.

An Investigation of Secondary School Students' Participation Levels in Recreational Activities and Their Attitudes Towards Physical Education Classes: The Case of Sultangazi

Abstract

The purpose of this study is to examine the relationship between secondary school students' levels of participation in recreational activities and their attitudes towards physical education classes. The survey model, one of the quantitative research methods, was used. The sample of the study consisted of 610 high school students (383 female, 227 male) studying in the Sultangazi district of Istanbul. Data were collected using the ‘Short Form of the Leisure Attitude Scale (SZTÖ-KF)’ and the ‘Physical Education Class Attitude Scale’. Descriptive statistics, t-tests, ANOVA, and multiple regression analyses were used to analyse the data. Findings indicate that students' attitudes towards free time and physical education classes are generally high. Significant differences were found based on gender and age variables; male students scored higher on all sub-dimensions, and attitude levels decreased with age. Furthermore, it was observed that the cognitive, affective, and behavioural dimensions of leisure time attitudes significantly predicted attitudes towards physical education classes. Consequently, it can be stated that participation in recreational activities strengthens students' positive attitudes towards physical education classes and plays an important role in fostering lasting habits towards physical activity.

¹ Okul Müdürü; Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rekreatif Anabilim Dalı Rekreatif Tezli Yüksek Lisans öğrencisi, <https://orcid.org/0009-0006-7158-5917>; erolpolat02@hotmail.com;

² Doç. Dr.; Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreatif Bölümü, <https://orcid.org/0000-0001-7915-8174>; menafk@gmail.com;

Keywords: Recreational activities, physical education, student attitudes, leisure time, physical activity.

1. Giriş

Ergenler arasında fiziksel aktivite düzeylerinin düşmesi, lise öğrencilerinin eğlence faaliyetlerine katılımı ve beden eğitimi derslerine karşı tutumlarını inceleyen bu araştırmanın çerçevesini oluşturan, iyi belgelenmiş bir halk sağlığı sorunudur. Küresel toplu analizler, ergenlerin önemli bir kısmının önerilen aktivite düzeylerine ulaşamadığını göstermektedir. Bu durum, gençlerin aktivite davranışlarının belirleyicilerini anlamak için nüfus düzeyinde bir zorunluluk ortaya koymaktadır (Guthold ve ark., 2020). Ergenlik döneminde aktivitedeki düşüşler, yapılandırılmış beden eğitimi ve gönüllü rekreasyonel katılımlara yönelik tutumları da etkileyebilecek psikososyal ve motivasyonel süreçlerle uzun vadede ilişkilendirilmiştir (Dishman ve ark., 2019). Bu epidemiyolojik ve gelişimsel gözlemler, lise yıllarında rekreasyonel katılım ve beden eğitimi tutumlarının nasıl etkileştiğine yönelik hedefli bir araştırmayı haklı çıkarmaktadır (Rullestad ve ark., 2021).

Ergenlik döneminde organize spor ve rekreasyon faaliyetlerine katılım, hem fiziksel hem de psikososyal faydalarla ilişkilendirilmiştir, bu da lise öğrencilerinin sürekli katılımını teşvik etmenin potansiyel değerini vurgulamaktadır. Nüfus ve kohort çalışmaları, spor katılımı ile iyileştirilmiş refah, fiziksel sağlık göstergeleri ve ileriki yaşamdaki aktivite kalıpları arasındaki ilişkileri belgelemekte ve organize rekreasyonel katılımın diğer aktivite biçimlerine göre benzersiz faydaları olduğunu göstermektedir (Wilson ve ark., 2022). Fiziksel aktivite ile olumlu duygu veya mutluluk arasında kısa vadeli karşılıklı ilişkiler de bildirilmiştir, bu da katılımın, sürekli katılımı besleyebilecek anında zihinsel sağlık faydaları sağlayabileceğini göstermektedir (Woudenberg ve ark., 2020). Bu önceki bulgular, özellikle rekreasyonel aktivitelere katılım düzeylerinin incelenmesini, bunların ergen sağlığı ve refahını sürdürmedeki potansiyel rolünün değerlendirilmesini ve bu tür katılımın beden eğitimi dersine yönelik tutumlarla nasıl birlikte değiştiğinin araştırılmasını teşvik etmektedir (Ball & Bice, 2015).

Öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının, hem sınıf içi katılımı hem de sınıf dışı aktivite seçimlerini şekillendirdiği teorik olarak ortaya konmuş ve ampirik olarak kanıtlanmıştır. Bu nedenle, bu tutumlar ergenlerin fiziksel aktivite davranışlarının yakın belirleyicileridir. Algılanan zevk, yarar ve öğretmen-öğrenci ilişkilerini kapsayan tutum yapıları, öğrencilerin sınıfta aktif olma istekliliği ve müfredat deneyimlerini boş zaman etkinliklerine dönüştürme istekliliği ile bağlantılıdır (Cruz ve ark., 2021). Ölçüm çalışmaları, ergen örneklemeleri için bu tutumları güvenilir bir şekilde işlevselleştirmeye çalışmıştır. Son zamanlarda geliştirilen beden eğitimi tutum ölçekleri gibi geçerliliği kanıtlanmış araçlar, farklı bağlamlarda tutum boyutunun sistematik olarak incelenmesini sağlamıştır (Orlić ve ark., 2017). Tutumlar müfredat ve pedagojik müdahalelerle değiştirilebilir olduğundan, bunların boş zaman etkinliklerine katılımı ile ilişkisini belirlemek, okullar ve öğretmenler için uygulanabilir stratejiler ortaya koyabilir (Chen ve ark., 2018).

Ekolojik ve bağlamsal faktörler, ergenlerin rekreasyonel aktivitelere katılma fırsatlarını etkiler ve beden eğitimi konusundaki tutumlarını şekillendirir. Rekreasyon tesislerinin mevcudiyeti ve kalitesi, mahallelerin park ve spor sahalarına erişimi ve okul düzeyinde denetimli programların sunulması, ergenlerin organize ve gayri resmi aktivitelere katılımıyla tutarlı bir şekilde ilişkilidir (McCormack ve ark., 2023). Aynı zamanda, öğretmen davranışları, müfredat tasarımı ve kapsayıcılık uygulamaları, öğrencilerin beden eğitimi derslerine ilişkin öznel deneyimlerini etkiler ve olumlu tutumları ve katılımı güçlendirebilir veya zayıflatır (Philbrook & El-Sheikh, 2016). Bu nedenle, kapsamlı bir analiz, katılımın çok düzeyli belirleyicilerini yakalamak için bireysel tutum ölçümlerini hem okul hem de toplum rekreasyon kaynaklarının değerlendirmeleriyle entegre etmeyi gerektirir (Edwards ve ark., 2015).

Psikososyal korelasyonlar ve bilişsel-motivasyonel yapılar (örneğin öz yeterlilik, algılanan engeller, sosyal bağlılık ve yalnızlık vb.) ergenlerin rekreasyonel katılım ve beden eğitimi konusundaki tutumlarında neden farklılık gösterdiğini daha da açıklığa kavuşturmaktadır. Boylamsal ve kesitsel çalışmalar, daha yüksek öz yeterlilik ve daha düşük algılanan engellerin ergenlik döneminde fiziksel aktivitenin sürdürülmesini öngördüğünü, güçlü kişilerarası ilişkiler ve öğretmen-akran desteğinin ise beden eğitime karşı daha olumlu tutumlar ve daha fazla ders katılımı ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Dishman ve ark., 2019). Tersine, yalnızlık hissi ve zayıf sosyal bağlar, beden eğitimi dersine karşı daha az olumlu tutumlar ve daha düşük gönüllü katılımı ilişkilendirilmiştir, bu da sosyal boyutların lise öğrencilerinin tutum ve davranış kalıplarını anlamada merkezi bir rol oynadığını göstermektedir (Ruz ve ark., 2020).

Tutumların, kaynakların ve psikososyal faktörlerin ergenlerin aktiviteleriyle ilgisi olmasına rağmen, mevcut literatürde bu çalışmayı motive eden birkaç sınırlama bulunmaktadır. İlk olarak, birçok büyük ölçekli prevalans çalışması ve sistematik inceleme, aynı örneklemelerde öğrencilerin rekreasyonel katılım kalıplarını ve beden eğitime yönelik tutumlarını eşzamanlı olarak değerlendirmeden, nüfus düzeyinde yetersiz aktiviteyi

belgelemektedir, bu da bunların karşılıklı ilişkilerine dair çıkarımları sınırlamaktadır (McCormack ve ark., 2023). İkincisi, araç geliştirme çalışmaları ve müdahale çalışmaları ölçüm ve pedagojik stratejileri ilerletmiş olsa da, geçerliliği kanıtlanmış tutum ölçeklerini temsil edici lise popülasyonlarında rekreasyonel katılım düzeylerinin titiz bir değerlendirmesiyle birleştiren nispeten az sayıda araştırma bulunmaktadır (Orlić ve ark., 2017). Üçüncüsü, ülkeye ve bağlama özgü araştırmalar genellikle okul temelli faktörleri veya topluluk kaynaklarını ön plana çıkarmaktadır. Ancak bu katmanları öğrencilerin öznel tutumları ve psikososyal profilleriyle nadiren bütünleştirmektedir (Cruz et al., 2021). Bu boşluklar, lise öğrencilerinin rekreasyonel katılımı üzerinde en etkili olan tutumsal, sosyal ve çevresel faktörlerin hangi kombinasyonunun olduğunu belirsiz hale getirdiği için hedefli müdahale tasarımı engellemektedir.

Literatürdeki metodolojik heterojenlik, sentez ve çeviri uygulamasını daha da karmaşık hale getirmektedir. Çalışmalar, yaş aralıkları (ortaokul ve lise), ölçüm araçları (doğrulanmış ölçekler) ve faaliyetlerin işlevselleştirilmesi (organize spor, gayri resmi rekreasyon veya genel olarak orta-yoğun fiziksel aktivite) açısından büyük farklılıklar göstermektedir. Bu da karşılaştırılabilirliği azaltmakta ve lise ortamları için kanıta dayalı önerileri kısıtlamaktadır (Duan ve ark., 2015). Bazı araştırmaların ergen dinamiklerini çıkarmak için yetişkin veya üniversite örneklerine dayanması bir başka sınırlamadır; yetişkinlere yönelik retrospektif ve üniversite temelli çalışmalar spor katılımının yaşam boyu sürekliliğini öne sürse de, beden eğitimi tutumları ve rekreasyonel davranışlara yönelik çağdaş, ergen odaklı araştırmaların yerini alamazlar (Ball & Bice, 2015). Bu metodolojik eksikliklerin giderilmesi için, geçerliliği kanıtlanmış tutum ölçümleri uygulayan, eğlence amaçlı katılım türlerini ayırtıran ve lise öğrencilerinden oluşan örneklemeleri açıkça kullanan bir çalışma gereklidir.

Bu eksikliklerin giderilmesinin önemi hem pratik hem de teoriktir. Pratik olarak, lise, yetişkinliğe kadar devam eden aktivite kalıplarının oluşturulması için kritik bir dönüm noktasıdır; beden eğitimi tutumlarının rekreasyonel katılımı nasıl ilişkili olduğunun ampirik olarak açıklığa kavuşturulması, yaşam boyu aktiviteyi teşvik etmek için müfredat tasarımı, öğretmen eğitimi ve okul veya topluluk düzeyinde programlamaya bilgi sağlayabilir (Wilson ve ark., 2022). Teorik olarak, tutumsal, psikososyal ve çevresel değişkenleri aynı analitik çerçeveye entegre etmek, ergenlerin sağlık davranışlarının yakın ve uzak belirleyicilerinin anlaşılmasını ilerletir ve böylece çok düzeyli müdahaleler için kanıt tabanını güçlendirir (McCormack ve ark., 2023).

Sonuç olarak, bu çalışma, lise öğrencilerinde rekreasyonel amaçlı eğlence faaliyetlerine katılım düzeylerini, türlerini ve bunların öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarıyla ilişkilerini, psikososyal korelasyonları ve bağlamsal kaynakları da dikkate alarak incelemek amacıyla yapılmıştır. Bu amaç, literatürde, doğrulanmış tutum değerlendirmelerini, ergen örneklemelerinde rekreasyonel amaçlı eğlence faaliyetlerine katılım ve bağlamsal fırsatların objektif veya iyi tanımlanmış ölçümleriyle birleştirmek için yapılan çağrılarla uyumludur (Dishman ve ark., 2019). Tutum-davranış ilişkilerini ekolojik ve psikososyal çerçeveler içinde konumlandırarak, bu çalışma okulların ve toplulukların lise öğrencilerinde hem olumlu tutumları hem de rekreasyonel katılımı artırmak için kullanabilecekleri belirli kaldıraçları belirlemeye çalışmaktadır (Cruz ve ark., 2021).

Özetle, araştırma sorunu, küresel olarak ergenlerin fiziksel aktivitesinin azalması ile birlikte spor ve rekreasyonun refah için belgelenmiş faydaları gibi daha geniş bir bağlamda, lise öğrencilerinin beden eğitimi konusundaki tutumlarının rekreasyon faaliyetlerine katılımlarıyla nasıl ilişkili olduğuna dair sınırlı entegre kanıtlara odaklanmaktadır. Nüfus düzeyindeki eğilimler ve kohort bulguları aciliyetini göstermektedir (Guthold ve ark., 2020). Literatürde potansiyel olarak değiştirilebilir birçok belirleyici faktör (tutumlar, öğretmen/müfredat, tesisler, sosyal destek) önerilmektedir (Chen ve ark., 2018; Cruz ve ark., 2021; McCormack ve ark., 2023; Ruz ve ark., 2020) ve metodolojik boşluklar, mevcut bilginin lise müdahale tasarımı aktarılmasını kısıtlamaktadır (Orlić ve ark., 2017; Ball & Bice, 2015). Bu nedenle, bu araştırmanın amacı, bir lise örneklemesinde rekreasyonel katılım düzeyleri, beden eğitimi tutumları, psikososyal değişkenler ve bağlamsal kaynaklar arasındaki ilişkileri değerlendirerek bu ampirik ve metodolojik boşlukları doldurmak ve böylece ergenlerin fiziksel aktivitesini ve refahını artırmak isteyen eğitimcilere, politika yapımcılara ve topluluk paydaşlarına doğrudan uygulanabilir kanıtlar üretmektir (Wilson ve ark., 2022; Dishman ve ark., 2019; Cruz ve ark., 2021).

2. Yöntem

Bu araştırma, ilişkisel tarama modeliyle gerçekleştirilmiştir (Karasar, 2005). Çalışma grubunun seçiminde olasılığa dayanmayan örneklem çeşidinden uygun (amaca yönelik) örneklem tekniği kullanılmıştır (Şimşek & Yıldırım, 2013). Araştırmaya katılan öğretmenlerin demografik özellikleri hakkında betimsel istatistiklere ait veriler aşağıdaki Tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri

Değişken	Grup	n	%
Cinsiyet	Kız	383	62.8
	Erkek	227	37.2
Yaş Grupları	22-30 yaş arası	108	42.9
	31-40 yaş arası	61	24.2
	41 yaş ve üzeri	83	32.9
	Toplam	610	100.0

p<.05

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların çoğunluğunun kız öğrencilerden (%62,8) oluştuğu, erkek öğrencilerin oranının ise %37,2 olduğu görülmektedir. Yaş dağılımı incelendiğinde, en yüksek katılımın 14 yaş grubunda (%34,3) olduğu, bunu 15 yaş (%28,2), 17 yaş (%20,7) ve 16 yaş (%16,9) gruplarının izlediği belirlenmiştir. Bu sonuçlar, araştırma örnekleminin ağırlıklı olarak genç yaş grubundaki (14–15 yaş) kız öğrencilerden oluştuğunu ve cinsiyet ile yaş açısından dengeli fakat kadın ağırlıklı bir dağılım sergilediğini göstermektedir.

Veri toplama aracı olarak, bu araştırmada öğrencilerin serbest zamana ilişkin tutumlarını belirlemek için Serbest Zaman Tutum Ölçeği – Kısa Formu (18 madde) kullanılmıştır. Ölçek, Ragheb ve Beard’ın (1982) 36 maddelik “Leisure Attitude Scale”inin Teixeira ve Freire (2013) tarafından kısaltılmış formunun Türkçe’ye uyarlanmış sürümüdür ve üç alt boyuttan oluşur: bilişsel, duyuşsal ve davranışsal. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Levent Önal ve Fatih Bedir (2022) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe uyarlama çalışmasında üç faktörlü yapı doğrulanmış; örneklem üzerinde elde edilen uyum indeksleri $\chi^2/df=1,35$, RMSEA=0,044, GFI=0,91, NFI=0,94, CFI=0,98 olarak raporlanmıştır. Alt boyutlar için iç tutarlılık katsayıları $\alpha=.91$ (bilişsel), $\alpha=.94$ (duyuşsal), $\alpha=.89$ (davranışsal) düzeyindedir. Ölçek 5’li Likert tipinde puanlanır; toplam puanın yükselmesi serbest zamana yönelik tutumun daha olumlu olduğunu göstermektedir. Bu çalışma kapsamında SZTÖ-KF’nin alt boyutlarına ilişkin iç tutarlılık katsayıları sırasıyla $\alpha=.91$ (bilişsel), $\alpha=.95$ (duyuşsal), $\alpha=.78$ (davranışsal); ölçek toplamı için $\alpha=.94$ olarak bulunmuştur.

Öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarını ölçmek için Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (35 madde) kullanılmıştır. Bu ölçek, Güllü ve Güçlü (2008) tarafından ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek toplam 35 madde ve 5’li Likert tipi bir yapıdadır. Ölçeğin geliştirilme sürecinde yapılan geçerlik ve güvenilirlik analizlerinde Cronbach Alfa katsayısı .94, test-tekrar test güvenirliliği ise $r = .80$ olarak bulunmuştur. Ölçek 5’li Likert tipindedir (1= Tamamen katılmıyorum – 5= Tamamen katılıyorum) ve 11 madde ters (3, 17, 19, 20, 24, 25, 26, 29, 30, 34, 35) kodlanır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 35–175 aralığındadır; yüksek puanlar daha olumlu derse yönelik tutumu ifade eder. Geliştirildiği çalışmada test-tekrar test korelasyonu $r=.80$ ve Cronbach $\alpha=.94$ bulunmuştur; bu bulgular ortaöğretim öğrencileri için ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Bu çalışma kapsamında BEDTÖ’nün toplam iç tutarlılığı $\alpha=.98$ olarak saptanmıştır. Her iki ölçek sınıf ortamında ve gönüllülük esasına göre uygulanmıştır. SZTÖ-KF için üç alt boyut ve toplam puan; BEDTÖ için ters maddeler yeniden kodlandıktan sonra toplam puan hesaplanmıştır. Ölçeklerin tamamında daha yüksek puan, ilgili yapıya yönelik daha olumlu tutumu ifade eder. Ölçek puanları analizlerde normallik ve güvenilirlik varsayımları kontrol edildikten sonra kullanılmıştır.

İstatistik analizlerin IBM SPSS paket programı ile yapılmıştır. Sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluğunun Skewness ve Kurtosis testi ile test edilmiştir.

Tablo 2. Ölçek ve Alt Boyutların Normallik Varsayımı

	N	Min	Maks	Ort	S.Sapma	Skewness	Std. Hata	Kurtosis	Std. Hata
Bilişsel Alt Boyutu	610	1.00	5.00	4.0699	.87283	-1.142	.099	1.500	.198
Duyuşsal Alt Boyutu	610	1.00	5.00	4.0721	.94541	-1.207	.099	1.400	.198
Davranışsal Alt Boyutu	610	1.00	5.00	3.2044	.88981	.048	.099	-1.116	.198
Serbest Zaman Tutum Ölçeği (Genel)	610	1.00	5.00	3.7821	.79858	-.923	.099	1.321	.198
Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (Genel)	610	1.00	5.00	3.6172	.99440	-.638	.099	-3.317	.198

p <.05;

Tablo 2 incelendiğinde, , ölçek ve alt boyutların Skewness ve Kurtosis değerlerinin ± 2 aralığında yer aldığı görülmektedir. Bu durum, araştırma verilerinin normal dağılıma yakın olduğunu ve parametrik testlerin uygulanabilir olduğunu göstermektedir. Bilişsel ve duyuşsal alt boyutlarda gözlenen negatif çarpıklık değerleri, katılımcıların bu boyutlarda yüksek puanlara eğilimli olduğunu; davranışsal alt boyutta ise dağılımın simetrik bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Genel olarak, ölçeklerin normallik varsayımını karşıladığı söylenebilir (Tabachnick & Fidell, 2013). Ayrıca, öğrencilerin Serbest Zaman Tutum Ölçeği'nden (Ort.=3,78) ve Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği'nden (Ort.=3,61) elde ettikleri puanların genel olarak orta-yüksek düzeyde olumlu tutumları yansıttığı görülmektedir. Alt boyutlar bazında en yüksek ortalama duyuşsal (Ort.=4,07) ve bilişsel (Ort.=4,06) boyutlarda, en düşük ortalama ise davranışsal boyutta (Ort.=3,20) tespit edilmiştir. Bu durum, öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik düşünsel ve duygusal yaklaşımlarının olumlu olmasına karşın, bu olumlu tutumların davranışa dönüşmesinde kısmen sınırlı kaldıklarını göstermektedir. Bulgular, öğrencilerin rekreasyonel faaliyetlere ve derse karşı genel olarak olumlu tutumlar sergilediğini, ancak davranışsal katılımın daha düşük düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır.

3. Bulgular

Aşağıdaki tablo 3, lise öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre Serbest Zaman Tutum Ölçeği ile Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği ve bunların alt boyutlarından aldıkları puan ortalamalarını karşılaştırmak amacıyla yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçlarını göstermektedir. Analiz, kız ve erkek öğrencilerin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal boyutlarda farklılık gösterip göstermediğini belirlemeye yöneliktir.

Tablo 3. Ölçeklerin Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Ortalama	S.S.	t	df	p
Bilişsel Alt Boyutu	Kız	383	3.9491	.88534	-4.512	608	.000*
	Erkek	227	4.2739	.81334			
Duyuşsal Alt Boyutu	Kız	383	3.9413	.97076	-4.511	608	.000*
	Erkek	227	4.2930	.85888			
Davranışsal Alt Boyutu	Kız	383	3.1053	.86153	-3.607	608	.000*
	Erkek	227	3.3715	.91342			
Serbest Zaman Tutum Ölçeği (Genel)	Kız	383	3.6652	.80975	-4.781	608	.000*
	Erkek	227	3.9794	.74022			
Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (Genel)	Kız	383	3.3943	.97922	-7.669	505.059	.000*
	Erkek	227	3.9935	.90412			

*p < .05

Tablo 3'e göre, tüm alt boyutlarda ve genel ölçeklerde cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p < .05$). Erkek öğrencilerin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal boyutlarda; ayrıca Serbest Zaman Tutum Ölçeği (Ort.=3,98) ve Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (Ort.=3,99) puan ortalamalarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bulgu, erkek öğrencilerin rekreasyonel faaliyetlere katılım düzeyleri ve beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının kız öğrencilere oranla daha olumlu olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla cinsiyet, hem serbest zaman etkinliklerine yönelik yaklaşımda hem de beden eğitimi dersine karşı tutumda belirleyici bir değişken olarak ortaya çıkmaktadır. Araştırmada öğrencilerin yaş gruplarına göre ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4'te sunulmaktadır.

Tablo 4. Ölçeklerin Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması

f. x ss Değerleri						ANOVA Sonuçları				
Puan	Grup	N	X	S.S.	Var.K.	KT	Sd	KO	F	p
Bilişsel Alt Boyutu	14 yaş	209	4.1722	.71953	Gruplar arası Grup içi Toplam	17.196	3	5.732	7.775	.000*
	15 yaş	172	4.2219	.79677		446.764	606	.737		
	16 yaş	103	3.9417	.87687		463.960	609			Scheffe
	17 yaş	126	3.7976	1.10305						1.2>4
	Total	610	4.0699	.87283						
Duyuşsal Alt Boyutu	14 yaş	209	4.1818	.79085	Gruplar arası Grup içi Toplam	18.108	3	6.036	6.951	.000*
	15 yaş	172	4.2083	.87640		526.218	606	.868		
	16 yaş	103	3.9968	.94280		544.326	609			Scheffe
	17 yaş	126	3.7659	1.18024						1.2>4

	Total	610	4.0721	.94541						
Davranışsal	Alt14 yaş	209	3.3341	.80139	Gruplar arası	11.863	3	3.954	5.095	.002*
Boyutu	15 yaş	172	3.2607	.85653	Grup içi	470.325	606	.776		
	16 yaş	103	3.1440	.91050	Toplam	482.188	609			Scheffe
	17 yaş	126	2.9616	1.00690						1.2>4
	Total	610	3.2044	.88981						
Serbest	Zaman14 yaş	209	3.8961	.66639	Gruplar arası	15.221	3	5.074	8.239	.000*
Tutum	Ölçeği15 yaş	172	3.8970	.73795	Grup içi	373.157	606	.616		
(Genel)	16 yaş	103	3.6942	.80345	Toplam	388.377	609			Scheffe
	17 yaş	126	3.5084	.98720						1.2>4
	Total	610	3.7821	.79858						
Beden Eğitimi Dersi	14 yaş	209	3.8742	.69934	Gruplar arası	54.907	3	18.302	20.266	.000*
Tutum	Ölçeği15 yaş	172	3.7990	.84038	Grup içi	547.295	606	.903		
(Genel)	16 yaş	103	3.3903	1.18438	Toplam	602.202	609			Scheffe
	17 yaş	126	3.1283	1.20572						1.2>3.4
	Total	610	3.6172	.99440						

*p < .05

Tablo 4 incelendiğinde, tüm ölçeklerde yaş değişkenine göre anlamlı farklılıklar bulunduğu görülmektedir ($p < .05$). Scheffé testine göre, 14 ve 15 yaş grubu öğrencilerinin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal alt boyutlarda; ayrıca Serbest Zaman Tutum Ölçeği ve Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği genel puanlarında 17 yaş grubuna göre anlamlı biçimde daha yüksek ortalamalara sahip oldukları belirlenmiştir. Bu sonuç, daha genç öğrencilerin beden eğitimi dersine ve rekreasyonel etkinliklere yönelik tutumlarının daha olumlu olduğunu göstermektedir. Yaş ilerledikçe özellikle davranışsal katılım ve beden eğitimi dersi tutumlarında düşüş gözlenmiş, bu durum lise son sınıf öğrencilerinde artan akademik baskı, sınav stresi veya fiziksel etkinliklere ilgi azalmasıyla açıklanabilir. Genel olarak yaş değişkeni, öğrencilerin tutum düzeylerini etkileyen önemli bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır.

Araştırma kapsamında kullanılan ölçekler arasındaki ilişki düzeylerini belirlemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Elde edilen korelasyon katsayıları Tablo 5'te sunulmaktadır.

Tablo 5. Ölçekler ve Alt Boyutlarla Korelasyon Tablosu

No	Değişkenler	1	2	3	4	5
1	Bilişsel Alt Boyutu	1	.883**	.544**	.915**	.552**
2	Duyuşsal Alt Boyutu		1	.588**	.935**	.549**
3	Davranışsal Alt Boyutu			1	.802**	.433**
4	Serbest Zaman Tutum Ölçeği (Genel)				1	.579**
5	Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (Genel)					1

*p < .05; **p < .01

Tablo 5 incelendiğinde, tüm alt boyutlar arasında pozitif ve anlamlı korelasyonlar bulunduğu görülmektedir ($p < .01$). En güçlü ilişkiler, duyuşsal ve bilişsel alt boyutlar ($r = .883$) ile duyuşsal alt boyut ve Serbest Zaman Tutum Ölçeği genel puanı ($r = .935$) arasında gözlenmiştir. Bu bulgular, öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine yönelik olumlu bilişsel ve duyuşsal tutumlarının, beden eğitimi dersine yönelik genel tutumlarıyla yüksek düzeyde ilişkili olduğunu göstermektedir.

Ayrıca davranışsal boyutun her iki ölçekle de anlamlı, ancak görece daha düşük düzeyde ilişkili ($r = .433$ – $.579$) olduğu görülmektedir. Bu durum, öğrencilerin serbest zaman ve beden eğitimi dersine yönelik olumlu düşünce ve duygularının, davranışsal katılıma her zaman aynı oranda yansımadağını göstermektedir. Genel olarak sonuçlar, öğrencilerin bilişsel ve duyuşsal tutumlarının davranışsal eğilimleri desteklediğini ve beden eğitimi dersi ile serbest zaman etkinlikleri arasında tutarlı bir tutum yapısının bulunduğunu ortaya koymaktadır.

Lise öğrencilerinin Serbest Zaman Tutum Ölçeği alt boyutlarının (bilişsel, duyuşsal ve davranışsal) Beden Eğitimi Dersi Tutumu üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarını göstermektedir. Analizde, modelin anlamlılığı ve bağımsız değişkenlerin göreceli katkıları değerlendirilmiştir.

Tablo 6. Öğrencilerin Serbest Zaman Tutum Algılarının Beden Eğitimi Dersi Tutumuna Etkisi (Alt Boyut Düzeyi)

Değişken	B	Beta	t	Sig.	VIF	R	R ²	Uyarlanmış R ²	F	p
Sabit	.852		5.256	.000						
Bilişsel Alt Boyutu	.327	.287	4.060	.000*	4.563					
Duyuşsal Alt Boyutu	.214	.204	2.782	.006*	4.914	.582 ^a	.338	.335	103.268	.000 ^b
Davranışsal Alt Boyutu	.176	.157	3.840	.000*	1.536					

*p<.05

Tablo 6 incelendiğinde, çoklu doğrusal regresyon analizinin anlamlı olduğu görülmektedir ($F(3,606) = 103,268$; $p < .001$). Modelin açıklayıcılık düzeyi oldukça yüksektir ($R^2 = .338$; Düzeltilmiş $R^2 = .335$), yani öğrencilerin beden eğitimi dersi tutumlarının yaklaşık %33,5'inin serbest zaman tutumlarının alt boyutları tarafından açıklandığı belirlenmiştir.

Alt boyutlar düzeyinde incelendiğinde, bilişsel alt boyut ($\beta = .287$, $p < .001$) en güçlü yordayıcı değişken olarak öne çıkmaktadır. Bunu duyuşsal boyut ($\beta = .204$, $p = .006$) ve davranışsal boyut ($\beta = .157$, $p < .001$) izlemektedir. Bu bulgular, öğrencilerin serbest zamana ilişkin düşünce, duygu ve davranış eğilimlerinin beden eğitimi dersine yönelik genel tutumları üzerinde anlamlı ve pozitif bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Sonuç olarak, serbest zaman tutumlarının bilişsel, duyuşsal ve davranışsal bileşenlerinin öğrencilerin beden eğitimi dersine olan ilgilerini, katılım motivasyonlarını ve olumlu algılarını artırdığı söylenebilir. Bu durum, öğrencilerin boş zaman deneyimlerinin okuldaki fiziksel etkinliklere yönelik tutumlarının şekillenmesinde önemli bir psikososyal faktör olduğunu göstermektedir.

4. Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada, lise öğrencilerinin serbest zaman (rekreasyonel faaliyet) tutum düzeyleri ile beden eğitimi dersi tutumları arasındaki ilişki incelenmiş; bu değişkenlerin cinsiyet, yaş ve alt boyut düzeylerine göre farklılaşp farklılaşmadığı analiz edilmiştir.

Normallik varsayımı sonuçlarına göre ölçeklerin dağılımı normal sınırlar içinde bulunmuş, Cronbach alfa katsayıları (.78–.98 aralığında) oldukça yüksek güvenilirlik düzeylerini göstermiştir. Bu durum, kullanılan ölçme araçlarının hem bütünsel hem de alt boyut düzeyinde güvenilir olduğunu ortaya koymaktadır.

Katılımcıların büyük kısmını kız öğrenciler (%62,8) oluşturmuş, yaş dağılımı ise 14–17 arasında yoğunlaşmıştır. Ölçek puan ortalamaları incelendiğinde, öğrencilerin hem serbest zaman tutumlarının hem de beden eğitimi dersi tutumlarının genel olarak yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir (Ort. = 3.61–3.78). En yüksek ortalama bilişsel ve duyuşsal alt boyutlarda gözlenirken, davranışsal alt boyut görece daha düşük çıkmıştır.

Cinsiyet değişkenine göre yapılan t-testi sonuçları, erkek öğrencilerin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal alt boyutlarda ve ölçek genelinde kız öğrencilere kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek tutum puanlarına sahip olduğunu göstermektedir ($p < .05$). Bu sonuç, erkek öğrencilerin fiziksel etkinliklere katılım eğiliminin ve beden eğitimi dersine yönelik ilgi düzeyinin daha yüksek olduğunu düşündürmektedir.

Yaş değişkenine göre yapılan ANOVA sonuçları, tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiştir ($p < .05$). Özellikle 14 ve 15 yaş grubundaki öğrenciler, 17 yaş grubuna göre serbest zaman ve beden eğitimi tutumlarında anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahiptir. Bu bulgu, yaş ilerledikçe ders ve rekreasyonel faaliyetlere yönelik tutumlarda azalma eğilimi olduğunu göstermekte, bunun sınav baskısı, akademik kaygı ve serbest zaman kısıtlılığıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Korelasyon analizi sonuçları, serbest zaman tutum ölçeği ve alt boyutlarının beden eğitimi dersi tutumlarıyla yüksek düzeyde pozitif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur ($r = .433$ – $.935$; $p < .01$). Özellikle duyuşsal ve bilişsel boyutlar arasındaki ilişki çok güçlüdür. Bu sonuç, öğrencilerin serbest zamana yönelik olumlu algı ve duygularının, okul içindeki fiziksel etkinliklere yönelik genel yaklaşımlarını doğrudan etkilediğini göstermektedir.

Son olarak yapılan çoklu regresyon analizinde, serbest zaman tutumlarının alt boyutlarının beden eğitimi dersi tutumlarını anlamlı şekilde yordadığı saptanmıştır ($R^2 = .338$; $p < .001$). Modelin anlamlılığı yüksek olup, beden eğitimi dersi tutumlarının yaklaşık %33'ü serbest zaman tutumlarıyla açıklanmaktadır. Bilişsel alt boyut en güçlü yordayıcı olarak öne çıkarken ($\beta = .287$), duyuşsal ($\beta = .204$) ve davranışsal ($\beta = .157$) boyutlar da anlamlı katkılar sunmuştur. Bu bulgu, öğrencilerin boş zaman etkinliklerine yönelik düşünce ve inançlarının,

duygusal yaklaşımlarıyla birleştğinde fiziksel etkinliklere katılım niyetlerini güçlendirdiğini ortaya koymaktadır.

Genel olarak bu çalışma, lise öğrencilerinde serbest zaman algısı ile beden eğitimi dersi tutumu arasında güçlü bir etkileşim olduğunu ve bu iki alanın bilişsel, duyuşsal ve davranışsal bileşenler üzerinden birbirini beslediğini göstermektedir.

Tartışma

Bu çalışma, erkek lise öğrencilerinin kız öğrencilere göre boş zaman etkinlikleri ve beden eğitimi konusunda önemli ölçüde daha yüksek bilişsel, duyuşsal ve davranışsal tutumlar sergilediğini ortaya koymuştur. Ayrıca, tutumlar yaşla birlikte azalmış, özellikle 17 yaşındaki öğrencilerin tutumları 14-15 yaşındaki öğrencilere göre daha düşük olmuştur. Dahası, boş zaman tutumunun alt boyutları, beden eğitime yönelik tutumlarla güçlü bir şekilde ilişkiliydi ve bu tutumları öngörüyordu; özellikle de çoklu regresyon modelinde en güçlü öngörücü olarak ortaya çıkan bilişsel alt boyuttur. Bu örüntüler, (a) ergenlerin beden eğitimi ve fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarında cinsiyet/toplumsal cinsiyet farklılıkları olduğunu ve genellikle erkeklerin PE'ye yönelik ilgi ve olumlu yönelimde daha önde olduğunu gösteren bir dizi ampirik çalışma ile tutarlıdır (Mašanović, 2019; , Lima ve ark., 2018; , Evangelou & Digelidis, 2018) ve (b) ergenlik döneminde okul temelli aktivitelere katılım ve bu aktivitelere olan ilginin azalması (Jägerbrink ve ark., 2022; González-Serrano ve ark., 2022). Bu çalışmanın bilişsel, duyuşsal ve davranışsal alt bileşenlere vurgu yapması, davranışsal niyetleri ve alana özgü etkinliklere katılımı öngördüğü gösterilen çok boyutlu tutum kavramsallaştırmalarıyla uyumludur (Cézar ve ark., 2021; Araújo & Dosil, 2015).

Erkeklerin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal alt ölçeklerde kızlardan daha olumlu tutumlara sahip olduğu yönündeki mevcut bulgu, erkeklerin beden eğitiminin önemini daha fazla desteklediklerini ve okul ortamında aktif, rekabetçi deneyimleri tercih ettiklerini bildiren önceki çalışmalarla örtüşmektedir (Mašanović, 2019; Lima ve ark., 2018; Jägerbrink ve ark., 2022). Cinsiyete dayalı sosyalleşme süreçleri ve spor ve fiziksel yetkinlikle ilgili kültürel olarak şekillenen beklentiler muhtemelen bu örüntülere katkıda bulunmaktadır. Cinsiyet sosyalleşmesi üzerine yapılan teorik ve ampirik çalışmalar, ergenlerin ilgi alanlarını, benlik kavramlarını ve aktivite seçimlerini şekillendiren cinsiyete dayalı normları ve rol beklentilerini içselleştirdiklerini göstermektedir (Araújo & Dosil, 2015; Carter, 2014). Ampirik incelemeler ve çalışmalar, erkek ve kızların erken ve orta ergenlik döneminde cinsiyete dayalı faaliyetlere karşı genellikle farklı tutumlar geliştirdiğini belgelemiştir. Bu durum, kurumsallaşmış, fiziksel olarak ifade edilen bir okul alanı olan beden eğitimi ile farklı şekilde özdeşleşmelerinde yansıtılabilir (Kågesten ve ark., 2016; Ullrich ve ark., 2022). Buna karşılık, bazı bağlamlarda, müfredat veya kültürel düzenlemelerin geleneksel kalıpları yumuşattığı durumlarda cinsiyet farkı görülmemekte veya kızların tutumlarının daha olumlu olduğu bildirilmektedir (Koçak & Hürmeriç, 2006; Romero-Pérez et al., 2020). Bu da bağlam, müfredat tasarımı ve öğretmen uygulamalarının beden eğitimi tutumlarındaki cinsiyet farklarını azaltabileceğini veya tersine çevirebileceğini göstermektedir (Koçak & Hürmeriç, 2006; Romero-Pérez ve ark., 2020). Dolayısıyla, burada gözlemlenen cinsiyet farklılıkları, değişmez kişilik farklılıklarından ziyade bireysel, müfredat ve sosyo-kültürel etkilerin bir karışımını yansıtmaktadır.

Önemli yaş etkisi (14-15 yaşındakilerde daha yüksek tutumlar ve 17 yaşındakilerde daha düşük tutumlar) ergenlik döneminde fiziksel aktiviteye katılımın ve okula dayalı aktivitelere olumlu yönelimin azalma eğilimini gösteren daha geniş kanıtları yansıtmaktadır (Jägerbrink ve ark., 2022; González-Serrano ve ark., 2022). Daha büyük öğrencilerdeki bu düşüşün birkaç makul nedeni vardır. Akademik takip, sınav hazırlığı ve artan ev ödevleri ile ilişkili zaman baskısı, ergen örneklemelerinde iyi belgelenmiştir ve isteğe bağlı zamanın azalması ve ders dışı fiziksel aktivitelere katılımın azalması ile ilişkilendirilmiştir (González-Serrano ve ark., 2022). Artan akademik stres ve kaygı gibi psikolojik faktörler, eğlence ve okul temelli fiziksel faaliyetlere katılma motivasyonunu daha da azaltabilir; pandemi dönemi araştırmaları, ergenlerin refahının (boş zaman ve yaşam memnuniyeti ölçümleri dahil) durumsal stres faktörlerine karşı savunmasızlığını vurgulamış ve baskı altında katılımın azalması konusundaki endişeleri artırmıştır (Matos ve ark., 2023). Kısacası, burada gözlemlenen yaşa bağlı düşüş, akademik taleplerin ve zaman kısıtlamalarının gelişimsel artışı, ergenliğin ortasından sonuna kadar boş zaman ve fiziksel aktivite katılımındaki azalmalarla ilişkilendiren literatürle uyumludur (Jägerbrink ve ark., 2022; González-Serrano ve ark., 2022).

Boş zaman tutumu alt ölçekleri ile beden eğitimi tutumu arasındaki güçlü pozitif korelasyonlar (özellikle güçlü duygusal-bilişsel ilişki ve öngörücü faktör olarak bilişsel alt ölçeğin önemi) bilişsel inançların (bilgi, değerlendirmeler), duygusal tepkilerin (beğenme/beğenmeme) ve davranışsal eğilimlerin (niyet edilen veya geçmişteki eylemler) katılım kararlarını birlikte şekillendirdiğini gösteren yerleşik tutum teorisi ve ampirik bulgularla tutarlıdır (Cézar ve ark., 2021; Zhou ve ark., 2013). Boş zamanın bilişsel değerlendirmeleri

(kullanışlılığı, faydaları veya günlük yaşamdaki yeri hakkındaki inançlar) duygusal tepkileri ve davranışsal niyetleri etkileyebilir; benzer şekilde, boş zaman deneyimlerine yönelik olumlu duygular, aktivitenin değerine ilişkin bilişsel onayları güçlendirebilir ve beden eğitimi ve diğer fiziksel aktivitelere katılım olasılığını artıran, birbirini güçlendiren bir model oluşturabilir (Araújo & Dosil, 2015; Cézar et al., 2021). Beden eğitimi tutumlarında en büyük tekil varyansı bilişsel tutumların oluşturduğu regresyon sonucu, öğrencilerin boş zamanla ilgili inanç ve değerlendirmelerinin okul temelli fiziksel aktivite yönelimlerini şekillendirmede önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Bu, bilişsel tutum bileşenlerinin duygusal destekle birleştiğinde eylemin güçlü bir öngörücüsü olduğunu belirleyen araştırmalarla tutarlıdır (Zhou ve ark., 2013; Cézar ve ark., 2021).

Burada bildirilen ampirik modeller, okul politikası ve beden eğitimi pedagojisi için birkaç uygulanabilir yönü ima etmektedir. İlk olarak, bilişsel değerlendirmeleri hedefleyen müdahaleler (düzenli boş zaman fiziksel aktivitesinin fiziksel, psikososyal ve akademik faydalarını açıkça ileten ve yanlış algıları düzelten eğitim modülleri) öğrencilerin beden eğitimi tutumlarını ve katılım niyetlerini güçlendirebilir (Araújo & Dosil, 2015; Hu et al., 2014). İkincisi, müfredatlar, zevk, özerklik ve algılanan yetkinliği artırarak (böylece duygusal yönü geliştirerek) ve aynı zamanda yeni başlayanların katılımı ve kademeli davranışsal bağlılık için yapılandırılmış fırsatlar sunarak (böylece davranışı pekiştirerek) duygusal ve davranışsal bileşenleri birlikte ele almalıdır (Mueller, 2021; Romero-Pérez ve ark., 2020). Üçüncüsü, cinsiyete duyarlı müfredat uyarlamaları ve kapsayıcı pedagojiler, katılımın önündeki cinsiyet engellerini azaltabilir: aktivite seçeneklerini çeşitlendiren, işbirliğine dayalı ve rekabetçi olmayan formatları ön plana çıkaran ve kısıtlayıcı cinsiyet normlarına açıkça karşı çıkan hedefli programlar, ergen nüfusunun tutum ve davranışlarını yeniden şekillendirmede umut verici sonuçlar göstermiştir (Mueller, 2021; Romero-Pérez ve ark., 2020; Kågesten ve ark., 2016). Son olarak, akademik baskılarla ilişkili yaşa bağlı düşüş göz önüne alındığında, okullar, kritik sınav yıllarında fiziksel aktivite için zamanı koruyan ve sürüşmeyi azaltan programlama, müfredat dengesi ve ders dışı etkinlikler sunmayı düşünmelidir (örneğin, esnek programlama, okul içindeki kısa “nabız” etkinlikleri ve fiziksel aktivitenin çalışma aralarına entegrasyonu), öğrencilerin olumlu tepkileriyle pilot uygulaması yapılan müdahaleler (Jägerbrink ve ark., 2022; González-Serrano ve ark., 2022; Mueller, 2021).

Birkaç metodolojik ve yorumlayıcı uyarı, mevcut bulguları sınırlamaktadır. Kesitsel tasarım, boş zaman tutumları ile beden eğitimi tutumları arasındaki yönelim hakkında nedensel çıkarımları engellemektedir; regresyon ve korelasyon analizleri güçlü ilişkileri belgelese de, nedensellik ve zamansal sıralamayı belirlemek için uzunlamasına veya müdahale tasarımları gereklidir (Cézar ve ark., 2021; Araújo & Dosil, 2015). Çalışmanın bağlama özgü örneklem, genelleştirilebilirliği sınırlamaktadır; karşılaştırmalı araştırmalar, cinsiyet ve yaş kalıplarının kültürel ve müfredat bağlamlarına göre değiştiğini göstermektedir ve bazı çalışmalar, yerel uygulamalara ve örneklem özelliklerine bağlı olarak farklı veya sıfır cinsiyet farklılıkları bulmuştur (Koçak & Hürmeriç, 2006; Lima ve ark., 2018; Romero-Pérez ve ark., 2020). Okul düzeyindeki değişkenleri (müfredat, öğretmen tutumları ve tesis kaynakları) ve aile düzeyindeki etkileri (ebeveyn tutumları ve sosyoekonomik durum) içeren çok düzeyli araştırmalar, ergenlerin boş zaman ve beden eğitimi konusundaki tutumlarını şekillendiren bağlamsal moderatörleri netleştirecektir (Aktop, 2010; Hu ve ark., 2014). Son olarak, müdahalenin etkinliği daha fazla araştırılmalıdır: Bilişsel-duygusal-davranışsal müdahalelerin randomize veya yarı deneysel denemeleri, mevcut bulguların ve tutum-davranış literatürünün önerdiği gibi (Zhou ve ark., 2013; Araújo & Dosil, 2015; Mueller, 2021), bilişsel alt boyutu hedeflemenin duygusal bağlılık ve davranışsal katılımda aşağı akış kazançları sağlayıp sağlamadığını test edebilir.

Bu çalışma, ergenlerin boş zaman tutumlarının (bilişsel inançlar, duygusal tepkiler ve davranışsal eğilimler) beden eğitimi tutumlarıyla nasıl etkileşime girdiğini anlamaya katkıda bulunmakta, tutarlı cinsiyet farklılıklarını, boş zaman ve beden eğitime yönelik olumlu yönelimin yaşla bağlantılı olarak azalmasını ve bilişsel değerlendirmelerin baskın öngörücü rolünü belgelemektedir. Bulgular, cinsiyete dayalı sosyalleşmeyi, ergenlik döneminde aktivitedeki gelişimsel düşüşleri ve davranış tahmin etmede tutum bileşenlerinin karşılıklı bağımlılığını vurgulayan literatürle uyumludur. Bulgular, okulların ergenlik dönemi boyunca beden eğitime katılımı ve olumlu tutumları sürdürmek için kullanabileceği pratik araçlara (bilişsel eğitim, duygusal zenginleştirme, davranışsal iskelet oluşturma, cinsiyete duyarlı pedagoji ve akademik baskı altındaki yaşlı öğrenciler için yapısal düzenlemeler) işaret etmektedir (Mašanović, 2019; Lima ve ark., 2018; Jägerbrink ve ark., 2022; Araújo & Dosil, 2015; Hu ve ark., 2014).

Öneriler

Araştırma bulgularına dayanarak aşağıdaki öneriler sunulmaktadır:

1. Uygulayıcılara (Öğretmen ve Okul Yöneticileri)

- ❖ Beden eğitimi öğretmenleri, öğrencilerin serbest zaman bilincini geliştirecek etkinlikler (örneğin kulüp faaliyetleri, sportif turnuvalar, doğa yürüyüşleri) planlayarak fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutumları artırabilir.
- ❖ Özellikle üst sınıflarda (16–17 yaş), akademik kaygılar nedeniyle azalan katılım motivasyonunu dengelemek için **stres azaltıcı, eğlenceli ve katılımcı odaklı** etkinlikler düzenlenmelidir.
- ❖ Okullar, serbest zaman ve beden eğitimi arasındaki bağı güçlendirecek **bütüncül programlar** (örneğin “aktif okul günü” veya “hareketli mola” uygulamaları) geliştirebilir.

2. Araştırmacılara

- ❖ Gelecekteki çalışmalar, farklı sosyo-ekonomik düzeylerdeki okullarda veya farklı bölgesel örneklerle yürütülerek sonuçların genellenebilirliği artırılabilir.
- ❖ Boylamsal veya nitel araştırmalarla öğrencilerin serbest zaman algısındaki değişim süreçleri ve bunların beden eğitimi tutumlarına etkileri derinlemesine incelenebilir.
- ❖ Özellikle davranışsal alt boyutun görece düşük bulunması, gelecekteki araştırmalar için davranışsal bariyerlerin (örneğin motivasyon eksikliği, fiziksel olanak kısıtları) incelenmesini gerekli kılmaktadır.

3. Politika Yapıcılara ve MEB’e

- ❖ Eğitim politikaları kapsamında, lise düzeyinde beden eğitimi ders saatlerinin artırılması ve bu derslerin ölçme-değerlendirme sisteminde daha görünür hale getirilmesi önerilmektedir.
- ❖ Okul spor kulüplerine mali ve lojistik destek sağlanarak öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine düzenli katılımı teşvik edilmelidir.
- ❖ Ulusal düzeyde “Serbest Zaman ve Aktif Yaşam” temalı farkındalık kampanyalarıyla gençlerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının geliştirilmesi, sağlıklı yaşam kültürünün yerleşmesine katkı sağlayacaktır.

Araştırmacıların Katkı Oranı

Yazarlarının katkı oranı eşit düzeydedir.

Çıkar Çatışması

Bu araştırmada herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Aktop, A. (2010). Socioeconomic status, physical fitness, self-concept, attitude toward physical education, and academic achievement of children. *Perceptual and Motor Skills*, 110(2), 531–546. <https://doi.org/10.2466/pms.110.2.531-546>
- Araújo, A., & Dosil, J. (2015). The influence of attitudes toward physical activity and sports. *Motriz Revista de Educação Física*, 21(4), 344–351. <https://doi.org/10.1590/s1980-65742015000400002>
- Ball, J., & Bice, M. (2015). Adult BMI and physical activity: Retrospective evaluation of high school sport and recreation participation. *Recreational Sports Journal*, 39(2), 144–156. <https://doi.org/10.1123/rsj.2015-0065>
- Carter, M. (2014). Gender socialization and identity theory. *Social Sciences*, 3(2), 242–263. <https://doi.org/10.3390/socsci3020242>
- Cézar, R., Pinto, N., & Garrido, D. (2021). Can mathematics achievement be predicted? The role of cognitive–behavioral–emotional variables. *Mathematics*, 9(14), 1591. <https://doi.org/10.3390/math9141591>
- Chen, S., Gu, X., & Yang, L. (2018). To move more but sit less: The roles of students’ attitudes and knowledge. *European Physical Education Review*, 25(3), 731–744. <https://doi.org/10.1177/1356336x18767309>
- Cruz, A., Kim, M., & Kim, H. (2021). Physical education attitude of adolescent students in the Philippines: Importance of curriculum and teacher sex and behaviors. *Frontiers in Psychology*, 12, 658599. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.658599>
- Dishman, R., McIver, K., Dowda, M., Saunders, R., & Pate, R. (2019). Self-efficacy, beliefs, and goals: Moderation of declining physical activity during adolescence. *Health Psychology*, 38(6), 483–493. <https://doi.org/10.1037/hea0000734>
- Duan, J., Hu, H., Wang, G., & Arao, T. (2015). Study on current levels of physical activity and sedentary behavior

- among middle school students in Beijing, China. *PLOS ONE*, 10(7), e0133544. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0133544>
- Edwards, N., Hooper, P., Knuiman, M., Foster, S., & Giles-Corti, B. (2015). Associations between park features and adolescent park use for physical activity. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), 40. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0178-4>
- Evangelou, E., & Digelidis, N. (2018). [Untitled]. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(3), 238–243. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.03238>
- González-Serrano, M., González-García, R., Gómez-Tafalla, A., Refoyo, I., García-Pascual, F., & Moreno, F. (2022). Promoting physical activity habits after completing secondary school: Does the age matter? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), 14160. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114160>
- Guthold, R., Stevens, G., Riley, L., & Bull, F. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: A pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(1), 23–35. [https://doi.org/10.1016/s2352-4642\(19\)30323-2](https://doi.org/10.1016/s2352-4642(19)30323-2)
- Güllü, M., & Güçlü, M. (2008). Ortaöğretim öğrencileri için beden eğitimi dersi tutum ölçeği geliştirilmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 13–24.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2013). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Boston, MA: Pearson Education Limited.
- Hu, H., Duan, J., Wang, G., & Arao, T. (2014). Reliability and validity of a Chinese version of the Students' Attitudes Toward Physical Education Scale and its related factors. *Advances in Physical Education*, 4(4), 181–189. <https://doi.org/10.4236/ape.2014.44022>
- Jägerbrink, V., Glaser, J., & Östenberg, A. (2022). Extracurricular pulse activities in school: Students' attitudes and experiences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 15051. <https://doi.org/10.3390/ijerph192215051>
- Kågesten, A., Gibbs, S., Blum, R., Moreau, C., Chandra-Mouli, V., Herbert, A., ... & Amin, A. (2016). Understanding factors that shape gender attitudes in early adolescence globally: A mixed-methods systematic review. *PLOS ONE*, 11(6), e0157805. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0157805>
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Koçak, S., & Hürmeriç, İ. (2006). Attitudes toward physical education classes of primary school students in Turkey. *Perceptual and Motor Skills*, 103(1), 296–300. <https://doi.org/10.2466/pms.103.1.296-300>
- Lima, R., Clemente, F., & Vale, R. (2018). Attitudes toward physical education in Portuguese schools: Middle and high school students. *Human Movement*, 19(4), 64–70. <https://doi.org/10.5114/hm.2018.77327>
- Mašanović, B. (2019). Gender and age differences in attitudes of Serbian pupils toward physical education lessons and their preferences regarding lesson organisation. *Croatian Journal of Education*, 21(1), 1–16. <https://doi.org/10.15516/cje.v21i1.3440>
- Matos, M., Carvalho, M., Branquinho, C., Noronha, C., Moraes, B., Gaspar, T., ... & Rodrigues, N. (2023). COVID-19, wellness and life satisfaction in adolescence: Individual and contextual issues. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(8), 5600. <https://doi.org/10.3390/ijerph20085600>
- McCormack, M., Pratt, M., Conway, T., Cain, K., Frank, L., Saelens, B., ... & Sallis, J. (2023). Availability of recreation facilities and parks in relation to adolescent participation in organized sports and activity programs. *Journal of Healthy Eating and Active Living*, 3(1), 19–35. <https://doi.org/10.51250/jheal.v3i1.59>
- Mueller, M. (2021). Physical education class climate and adolescent girls' physical activity. [Unpublished doctoral dissertation]. <https://doi.org/10.3102/1691539>
- Orlić, A., Gromović, A., Lazarević, D., Čolić, M., Milanović, I., & Radisavljević-Janić, S. (2017). Development

and validation of the Physical Education Attitude Scale for adolescents. *Psihologija*, 50(4), 445–463. <https://doi.org/10.2298/psi161203008o>

- Önal, L., & Bedir, F. (2022). Serbest Zaman Tutum Ölçeği Kısa Formu (SZTÖ-KF): Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Spor ve Bilim Dergisi*, 6(1), 27–38.
- Philbrook, L., & El-Sheikh, M. (2016). Associations between neighborhood context, physical activity, and sleep in adolescents. *Sleep Health*, 2(3), 205–210. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2016.05.008>
- Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1982). Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*, 14(2), 155–167.
- Romero-Pérez, E., Enríquez, O., Gastélum-Cuadras, G., Horta-Gim, M., González-Bernal, J., & Fernández, J. (2020). Assessment of attitudes toward physical education by the implementation of an extracurricular program for obese children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 5300. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155300>
- Rullestad, A., Meland, E., & Mildestvedt, T. (2021). Factors predicting physical activity and sports participation in adolescence. *Journal of Environmental and Public Health*, 2021, 1–10. <https://doi.org/10.1155/2021/9105953>
- Ruz, R., Campos, G., Ortega, F., & Puga-González, M. (2020). Associations between feelings of loneliness and attitudes towards physical education in contemporary adolescents according to sex, and physical activity engagement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 5525. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155525>
- Şimşek, H., & Yıldırım, A. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınevi.
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Teixeira, C. M., & Freire, T. (2013). The Leisure Attitude Scale: Psychometric properties of a short form and a Portuguese version. *Psychology, Community & Health*, 2(1), 1–13.
- Ullrich, R., Becker, M., & Scharf, J. (2022). The development of gender role attitudes during adolescence: Effects of sex, socioeconomic background, and cognitive abilities. *Journal of Youth and Adolescence*, 51(11), 2114–2129. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01651-z>
- Wilson, O., Whatman, C., Walters, S., Keung, S., Enari, D., Rogers, A., ... & Richards, J. (2022). The value of sport: Wellbeing benefits of sport participation during adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), 8579. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148579>
- Woudenberg, T., Bevelander, K., Burk, W., & Buijzen, M. (2020). The reciprocal effects of physical activity and happiness in adolescents. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17(1), 114. <https://doi.org/10.1186/s12966-020-01058-8>
- Zhou, J., Dovidio, J., & Wang, E. (2013). How affectively-based and cognitively-based attitudes drive intergroup behaviours: The moderating role of affective-cognitive consistency. *PLOS ONE*, 8(11), e82150. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0082150>

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

The decline in young people's participation in physical activity today has increased the importance of school-based physical education classes and leisure activities. Recreational activities are voluntary activities that contribute to individuals' physical, mental and social development. Students' participation in such activities can positively influence not only their physical health but also their attitudes towards school life and academic motivation. Physical education classes are an important learning area for students to acquire a culture of sport, engage in teamwork, and maintain healthy lifestyle habits. However, students' attitudes towards this class are a fundamental factor in determining their willingness to participate and their long-term behaviour towards physical activity.

The aim of this study is to reveal the relationship between secondary school students' levels of participation

in recreational activities and their attitudes towards physical education classes; to examine differences in terms of gender and age variables. In this context, the study sought to answer the question: ‘Do the cognitive, affective, and behavioural dimensions of leisure time attitudes significantly predict attitudes towards physical education classes?’

Method

The research was conducted using the survey model, one of the quantitative research methods. The study group consisted of a total of 610 high school students (383 female, 227 male) studying in the Sultangazi district of Istanbul. The data collection tools used were the Free Time Attitude Scale Short Form (SZTÖ-KF), adapted into Turkish by Önal and Bedir (2022), and the Physical Education Class Attitude Scale developed by Güllü and Güçlü (2008). The scales consist of 18 and 35 items, respectively. The SPSS package was used for data analysis; descriptive statistics, independent samples t-test, one-way analysis of variance (ANOVA) and multiple regression analysis techniques were utilised.

Findings

The analysis results show that students' attitudes towards free time and physical education classes are generally at a ‘high’ level. According to the gender variable, it was determined that male students' free time attitude and physical education class attitude scores were significantly higher than those of female students ($p<.05$). In terms of the age variable, it was observed that the attitude levels of students in the 14–15 age group were higher than those in the 16–17 age group.

According to the correlation analysis, positive and significant relationships were found between the sub-dimensions of free time attitude and physical education class attitude ($r=0.55$, $p<.01$). In multiple regression analysis, it was found that the cognitive ($\beta=.287$), affective ($\beta=.204$), and behavioural ($\beta=.157$) dimensions of free time attitude significantly predicted physical education class attitude ($R^2=.338$, $F=103.268$, $p<.001$). This result indicates that students' perceptions of how they spend their free time directly influence their attitudes towards physical education classes.

Discussion and Conclusion

The research findings reveal that participation in recreational activities strengthens students' attitudes towards physical education classes. This result is consistent with studies in the literature, such as those by Dishman et al. (2019), Chen and Yang (2018), and Cruz and Kim (2021). The findings emphasise that physical education should be viewed not only as an academic requirement but also as a learning environment that supports social interaction, self-confidence, and self-regulation skills, thereby helping students develop an active lifestyle.

According to the results obtained:

- ❖ Male students exhibit higher levels of participation in physical activity and motivation towards the course.
- ❖ The decline in attitude scores with age indicates the need to increase school-based support to maintain interest in physical activity among young people.
- ❖ Leisure time management and recreation education are important factors in the development of students' positive attitudes towards physical education classes.

Consequently, club activities, leisure time activities, and recreational projects that encourage student participation in physical activity at schools can positively influence attitudes towards physical education classes. Educational administrators and teachers should consider the social, psychological, and environmental factors that support students' active lifestyles in this regard.